TBT 2015 - 2016 Nom :…….. Prénom :……date : / /

Module 6	TA	TP
Gr1	21/03	17/03
Gr2	24/03	07/03
Gr3	10/03	14/03

contrat de formation

Travaux pratiques de cuisine

TECHNIQUES DE MISES EN OEUVRE	
Préparations préliminaires et techniques gestuelles Détailler une escalope de saumon Masquer et rouler les paupiettes Tailler des bâtonnets de légumes réguliers Foncer une tarte	*Cuissons* Cuire une tarte au four Cuire à la vapeur une paupiette JOURNEE POISSON LE JEUDI 31/03/16
Appareils, fonds et sauces **Réaliser une farce mousseline de poisson** **Réaliser une sauce Américaine**	*Mise en œuvre PAI* Cuire une légumineuse (Quinoa)

Semaine n°……
Responsabilité HACCP :
……

MENU

Quiche lorraine (TP)
Paupiette de saumon
Sauce crustacés (TA)
et Quinoa (TP)
Ananas flambé (salle)

	Techniques é…	…)	Tolérances
préparations préliminaires et techniques gestuelles	Foncer un cercle (TA)	Regulier et beau chiquetage	3 points 3 points
cuissons	Cuisson de la quiche (TA) Cuisson des crêpes (TA)	Cuite et dorée sans excès Pas trop épaisses et cuisson régulière pour une seconde cuisson devant le client	4 points 3 points
appareils, fonds et sauces			
mise en œuvre PAI			

Grille d' évaluation

La préparation du TP est notée sur 2
L'hygiène et organisation sont notées sur 3
Le respect du timing est noté sur 2

TBT 2015 - 2016 Nom :…….. Prénom :……date : / /

CUISSONS

mode et type	descriptif de la cuisson	matériel nécessaire	choix du fourneau, intensité de la puissance	dérivés
	<u>Cuire à la vapeur les paupiettes</u>. Placer la sonde et programmer la cuisson à cœur à 64°C. Laisser reposer avant de déballer les paupiettes. <u>Cuire une quiche</u>. Préchauffer le four à 180°C à chaleur tournante pendant 30 minutes. Retier le cercle 5 minutes avant la fin d cuisson. Dorer le pourtour au jaune d'œuf et remettre en cuisson . la cuisson est bonne quand la lame du couteau ressort sec de la crème prise. Debarrasser sur grille . Le fond de tarte peut être aussi cuit à blanc au préalable pour donner plus de croustillant.	Plaque gastronorme perforée Plaque à pâtisserie Cercle grille	Four vapeur Four a chaleur tournante	

Présentation, règles de dressage

Plat 1 : <u>Paupiette de saumon sauce crustacés et quinoa.</u>

Dans une assiette creuse, mouler le quinoa dans un cercle, poser un tronçon épais de paupiette et Mettre un cordon de sauce crustacés autour. Déposer sur la paupiette une pluche de cerfeuil.

Plat 2 : <u>quiche lorraine</u>

Sur plat rond avec papier gaufré. Mettre la quiche tiède et lustrée au beurre sur un carton pour la découpe au plat. Decorer d'une branche de persil frisé.

TBT 2015 - 2016 Nom :…….. Prénom :……date : / /

MATERIEL : 1 plaque à pâtisserie petit modèle par poste.

	Plat 2 : PAUPIETTE DE SAUMON – Farce mousseline et légumes – Sauce Américaine
14 h 30	
14 h 40	**Démonstration de vider, habiller et lever les filets de merlan et dépouiller** **Application**
14 h 50	
15 h 00	
15 h 10	REALISER UN FUMET
15 h 20	
15 h 30	Réaliser un sauce américaine en démo Laver, brosser les étrilles, les égoutter
15 h40	Sauter les étrilles Suer la G.A, Flamber au Cognac, concasser au pilon
15 h 50	mouiller vin blanc + fumet tomate concassée
16 h 00	EN 3 GROUPES :
16 h 10	Dénerver et désarêter le filet de merlan , découper en cube Tailler la garniture décorative et la cuire Desarêter le filet de saumon et sortir des tranches
16 h 20	
16 h 30	passer au chinois Car HV cour lier au roux et réduire
16 h 40	Passer au chinois Monter beurre et chinoiser, réserver
16 h 50	Rafraîchir Réaliser la farce Mousseline
17 h 00	Réserver la farce au frais
17 h 10	Monter les paupiettes Chacun fait 4 paupiettes
17 h 20	
17 h 30	cuire les paupiettes dans le four vapeur 64°C à coeur
17 h 40	
17 h 50	Réserver au chaud – laisser reposer
18 h 00	
18 h 10	Dresser les paupiettes en barquettes
18 h 20	TRANSFERER ET NETTOYER
18 h 30	

Chef :

Organiser la démo de la sauce américaine dans grand rondeau. Peser un roux à 400 g pour 4 litres de fumet

Organiser les transferts en VAE
La sauce et les paupiettes sont envoyées séparément.

Garder 3 litres de sauce américaine pour mettre en sous vide pour la journée poisson du 31 mars

TBT 2015 - 2016 Nom :…….. Prénom :……date : / /

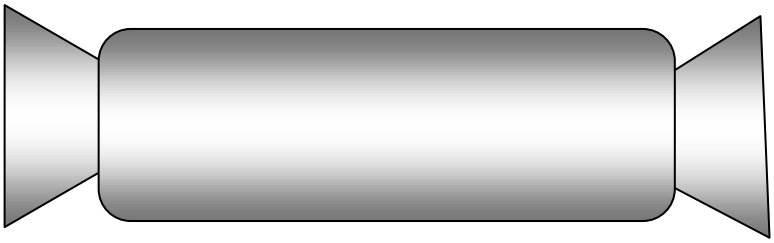
PRODUITS pour 4 parts	unités	**Paupiette De saumon**	**Sauce Américaine 0,6 l Fumet**	Total
BOUCHERIE				
POISSONNERIE				
Filet de saumon avec peau	kg	0,260		0,260
Merlan entier	kg	0,300	Arêtes et têtes	0,300
Arête	kg		0,2	0,2
Etrilles	kg		0,350	0,350
PRODUITS LAITIERS				
beurre	kg		0,010+0,040+ 0,030	0,080
Creme fleurette	kg	0,050		0,050
Blanc oeuf	pièce	0,5		0,5
FRUITS & LEGUMES				
carotte	Kg	0,010	0,050	0,060
ail	gousse		1	1
courgette	kg	0,010		0,010
Echalotes	kg		0,030 + 0,020	0,040
Oignons	kg		0,080 + 0,030	0,110
estragon	botte		0,20	0,20
tomate	kg		0,200	0,200
PRODUITS SURGELES				
HV extra fins	Kg	0,010		0,085
EPICERIE				
Farine			0,040	0,040
Concentré de tomate			0,030	0,030
BG			1	2
muscade		PM		Pm
Sel fin		PM		Pm
quinoa	Kg		0,200	
LIQUIDES				
Vin blanc	litre		0,050	0,050
Cognac	litre		0,015	0,015
Vinaigre blanc	litre			0,5

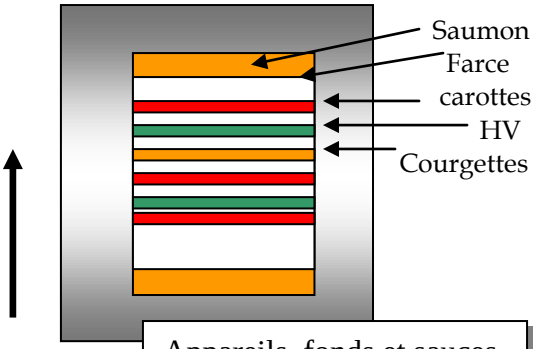
TBT 2015 - 2016 Nom :…….. Prénom :……date : / /

Préparations préliminaires et techniques gestuelles

Détailler un escalope de saumon : désarêter les filets de saumon, éliminer les parties grasses ventrales. A l'aide d'un couteau de sole en partant de la queue du filet détailler de fines tranches de saumon. Déposer les fines tranches sur du film alimentaire ou du papier d'aluminium beurré et faire un rectangle de 12 X 16 et assaisonner de sel et poivre blanc.

Masquer et rouler les paupiettes : masquer de farce mousseline , commencer a ½ cm du bord côté 12 cm Pour éviter trop de débordement lors du roulage. Disposer les bâtonnets de légumes en alternant les Couleurs et en les séparant pour laisser des blancs. Rouler en serrant bien le filet pour ne pas avoir de trou au centre et procéder avec précaution pour que les légumes gardent leurs écarts entre eux. une fois la paupiette roulée, éliminer le surplus de farce mousseline et fermer bien le film sur chaque extrémité, façon bonbon.





Appareils, fonds et sauces

Réaliser une farce mousseline de poisson : A COMPLETER

Réaliser une sauce Américaine : A COMPLETER

TBT 2015 - 2016 Nom :…….. Prénom :……date : / /

PRODUITS pour 4 parts	unités	Quantités Plat n°1 Quiche lorraine	Quantités Plat n°2 Pate à crêpes Pour module 5	TOTAL
BOUCHERIE				
Poitrine de porc fumé	kg	0,080		0,080
PRODUITS LAITIERS				
beurre	kg	0,075	0,020 + 0,020	0,115
Œuf entier	pièce	1+2 J	2	5
lait	Litre	0,125	0,250	0,375
Creme liquide	litre	0,125		0,125
Emmental râpé	kg	0,100		0,100
FRUITS & LEGUMES				
PRODUITS SURGELES				
EPICERIE				
farine	Kg	0,150	0,125	0,275
Muscade	kg	PM		PM
sel	Kg	PM	PM	PM
LIQUIDES				
Eau	litre	0,030		0,030

TBT 2015 - 2016 Nom :…….. Prénom :……date : / /

	Quiche Lorraine et crêpes au sucre mis en place pour Module 5
14 h 30	Répartir les denrées et désinfecter les plans de travail.
14 h 40	Réaliser les peser pour la pâte brisée
14 h 50	
15 h 00	**Démonstration de la pâte brisée**
15 h 10	Application Emballer et mettre au frais une demi heure
15 h 20	**Réaliser la pâte à crêpes** Passer au chinois et laisser reposer
15 h 30	Détailler les lardons et les blanchir.
15 h40	**Démonstration de foncer une tarte**
15 h 50	application
16 h 00	
16 h 10	Réaliser l'appareil à crème prise salée
16 h 20	Marquer en cuisson les quiches 30 minutes à 200°C
16 h 30	**Affranchir les poêles et mise en place des grilles**
16 h 40	Demo des crêpes Application sortir
16 h 50	**Cuire QUINOA pour les TBTA selon mode d'emploi**
17 h 00	
17 h 10	Faire des paquets de 12 crêpes + Démo et identifier et congeler en cellule de refroidissement.
17 h 20	
17 h 30	
17 h 40	
17 h 50	Quiche lorraine sur plat de service avec carton
18 h 00	Crepes en rosace sur assiette 31 filmée